

Testiranje raka debelog creva (Colorectal Cancer Screening)

Zašto je skeniranje raka debelog creva važno?

- Rak debelog creva je po smrtnosti drugi najčešći oblik raka u SAD
- Pogadja i žene i muškarce.
- Rani stadijum raka obično nema nikakve simptome.
- Rak debelog creva se može spričiti i lečiti (šansa za izlečenje je preko 90 posto) kada se rano otkrije (testovi krvi).

Šta je test krvi iz stolice (FOBT)?

- Neki polipi i rak mogu vrlo malo krvariti tako da su neprimetni. Ovaj test proverava vrlo male količine krvi koje su skrivene u vašoj stolici.
- Ovaj test se može raditi i kod kuće. Uz pomoć posuda koje dobijete od lekara, možete uzeti uzorke stolice i poslati u laboratoriju. U uputstvu će pisati kako da obavite test. Moraćete da izbegavate odredjenu vrstu hrane dva dana pre uzimanja uzorka.

Šta pozitivni test krvi iz stolice znači?

- Većina pacijenata sa pozitivnim testom nema rak. Test je dobar za otkrivanje krvi u stolici, ali ne može reći zbog čega se krv pojavila. Možda će vam biti potrebni dodatni testovi kao kolonoskopija, da bi otkrili uzrok krvarenja. Na primer, osim raka debelog creva, bedobroćudni polipi, upala creva, hemoroidi i upala creva I materice takodje mogu izazvati krvarenje.

Ko bi trebalo da radi test krvi iz stolice?

- Svi muškarci i žene iznad 50 godina.
- Muškarci i žene stariji od 50 godina koji u porodici imaju članove koji su imali ovaj rak, polipe ili drugu vrstu raka, trebalo bi da konultuju svoje lekare o vrsti testa koji treba da obave.
- Svako ko ima rektalno krvarenje i promenu u stolici treba obavezno hitno da kontaktira lekara.

Iako rak debelog creva može da utiče na ljude u vašoj okolini, on se može spričiti i lečiti, posebno ako se rano otkrije. Uz narodne lekove i medicinu, predlažemo vam da se pridržavate sledećih pravila:

- Ishrana: Jedite umereno. Jedite manje crvenog mesa, manje soljenu i začinjenu hranu. Jedite povrće i voće svakog dana. Pite mnogo vode.

- Uzimajte multi vitamin svakog dana.
- Ne pušite i ograničite alcohol.
- Budite aktivni i održavajte svoju težinu. Rad u vrtu ili šetnja su dobre vežbe za vas.
- Opuštanje: pronadjite vreme da opustite telo i misli, i bavite se nekim hobijem koji će zaokupljati vaš mozak.

Ovaj material se koristi uz dozvolu Ethnomed (<http://www.ethnomed.org>).

*Prevod I štampa su omogućili Vermont Department of Health and Champlain Valley Area Health Education Center a I finansiran je od strane U.S. Department of Health and Human Services,
Kancelarija za zbrinjavanje izbeglica*